

想要获取更多资源吗？



点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

本文原载于《法音》2015年3期

说明：文章发表时，编辑省略了稿件上的前言部分，因为《法音》上的所有文章，都是不带前言的。然而学人发现，一些读者，不仅看不懂本文的真义，还以其浅薄的见识和眼界，肆意攻击和曲解本文，因此学人将前言公布出来，希望能对正确理解本文有所帮助。

前言：净土宗在汉传佛教是修持者最多的宗派，本宗自身教理难思难解，再加上万宗同归净土的原因，造成了理论和修持方法出现了一些盲点和误区。目前国内的净土宗，主要有三种修法：一是靠自力念佛，证禅定一心不乱的修法；二是自他二力念佛，求弥陀感应的修法；三是“伪善导流”，既打着善导大师的名义，宣传日本净土真宗（本愿法门）的纯他力修法，这样不仅给修学者带来很大的困扰，长久下去也必将导致净土宗的衰败。本文以净土三经为基础，以净土宗创立者——善导大师思想为指导，依据大乘佛法原理来诠释净土宗教义要点，并总结出融合三种修法长处为一体的“他自二力念佛法门”，希望能使更多的人理解净土宗三根普被的真义，念佛可以当生成就，往生极乐。

一、净土三经的修持方法要点

净土宗共有实相、观想、观像和持名四种念佛法，自明代至今，持名念佛占据主导地位。《无量寿经》四十八愿中，有摄生三愿，三愿分别对应自力、他力和自他二力三种修持方法。当然所谓的“自力、他力和自他二力”都是建立在阿弥陀佛四十八愿他力的基础上的，是相对而言的，不存在绝对的自力和他力；《无量寿经》同时开示了上、中、下三辈往生；《观无量寿经》开示了九品往生；《阿弥陀经》开示了持名念佛，现分别予以阐述。

（一）第十九愿：设我得佛，十方众生，发菩提心，修诸功德，至心发愿，欲生我国，临寿终时，假令不与大众围绕，现其人前者，不取正觉。[1]

本愿摄受自力修行者，在摄生三愿中难度最大，但成效最高，肯定是上品往生，而且多为上品上生，在“信愿行”三资粮中，偏重于愿。本愿修行对应三辈往生的上辈往生。

愿文里的发菩提心，有两种解释，一是依照大乘通途，即上求佛道，下化众生的菩提心；二是真信、切愿、念佛愿生西方的菩提心，因为信愿持名本身具足了大乘五菩提心。所以虽与大乘通途菩提心的表现形式与具体说法有些差异，但在实质上却是一样的。

愿文里的修诸功德，指的是修行菩萨六度万行功德（布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若）。

（二）第二十愿：设我得佛，十方众生，闻我名号，系念我国，植诸德本，至心回向，欲生我国，不果遂者，不取正觉。[2]

本愿摄受自他二力修行者，在“信愿行”三资粮中，偏重于行。本愿修行对应三辈往生的中辈往生，往生品位从上品中生到中品下生。

愿文的植诸德本，指的是《观无量寿经》中开示的净业三福。

本愿是自他二力念佛、修净业三福，求弥陀感应的传统修法，比较符合国人的思想性格和对佛法的认知，因此为多数修行者所践行。但本愿有三个盲点要指出：一是不知道要念多少佛号，修多少福德回向才够往生的，没有量化的标准，宜导致信心不足；二是如信心不足，就有不能往生或往生到边地疑城的可能；三是不可执着于求感应，否则修行易出偏差。

（三）第十八愿：设我得佛，十方众生，至心信乐，欲生我国，乃至十念，若不生者，不取正觉。唯除五逆，诽谤正法。[3]

本愿摄受他力修行者，在“信愿行”三资粮中，偏重于信。本愿修行对应三辈往生的下辈往生，往生品位从上品下生到下品下生。

十八愿是弥陀本愿中最不可思议的一愿，不要求修六度万行和净业三福，只要求至心信乐称佛名号，乃至十念，即可往生。十八愿与《观无量寿经》中流通分付嘱文“佛告阿难，汝好持是语。持是语者，即是持无量寿佛名”和《阿弥陀经》中的持名念佛，三者遥相呼应，通过“南无阿弥陀佛”这六字洪名为纽带，将净土三经紧密联系在一起。有三位历史人物与十八愿有密切关系，他们分别是中国的善导、日本的源空和亲鸾。

唐朝的善导大师(618 - 681)，是净土宗二祖，也是净土宗实际创立者。大师认为净土宗是顿教，往生凭藉的是阿弥陀佛的愿力，信心是正因，持名是正行，但大师推崇十八愿他力的同时，并没有排斥净土宗的其他修法和和其他宗派的修法，同时也强调了内因的修炼是自力和内因外缘具足的重要性。可以说，大师的思想是偏重他力，不废自力。大师提出九品往生皆是凡夫，凡夫可入报土，并依据众生生前的善恶和修行而决定其往生品位的高下。

日本的源空(号法然，1133 - 1212年)创立了日本净土宗，源空继承了善导大师的理论体系，但做了较大的改动。源空排除称名念佛以外的诸行，即只依十八愿，排斥净土宗的其他修法和和其他宗派修法，这不仅与善导大师的思想有区别，亦不符合大乘佛法包容的理念。源空的思想是全靠他力，排斥自力。在九品往生的品位上，源空是根据念佛的深浅或数量多少，来决定品位

的高下，这点与善导大师也不同。

日本的亲鸾(1173 - 1262)创立了日本净土真宗。亲鸾对源空的思想做了进一步发挥，认为“信心”并非自我修持的成佛内因，而是阿弥陀佛赐予的，从而在“信愿行”三资粮中排除了愿和行，只保留了信，神化了弥陀佛，建立了一种上帝崇拜式的弥陀信仰，往生超越三辈九品而直取佛果，等同弥勒，位同如来。真宗符合了人们投机取巧、好逸恶劳的天性，其说词既通俗易懂又富有诱惑性，如此虽有吸引部分信众求生净土的现实利益，但却也造成毁坏佛法的无边过失；其虽抓住了净土宗核心因素——信心，但依其理论生起的宗教激情式信心却难以维持长久（除非宿世善根极其深厚者）。

日本人误解了善导大师的思想，学人认为有两个主要原因：一是当时日本文化的落后造成了中日两国间较大的文化断层和差异；二是日本民族本身就是一个崇拜心理非常强烈的民族。因此理解上出现偏颇、断章取义和把阿弥陀佛神化成救世主一样，也就不难理解了。虽然净土宗是释迦牟尼佛开示的特异方便法门，但它也不能有悖大乘佛法的原理，以一个宗派的思想取代整体佛教义理是偏激和错误的。

（四）《阿弥陀经》的持名念佛法：不可以少善根福德因缘，得生彼国……闻说阿弥陀佛，执持名号，若一日……若七日，一心不乱。是人终时，心不颠倒，即得往生阿弥陀佛极乐国土。[4]

这段经文有三层递进的意思：一是少善根福德因缘不能往生，二是要想多善根福德因缘，就要称念弥陀名号，三是尽其形寿，称佛名号，念念不忘，定能往生。

“不可以少善根福德因缘得生彼国”，净宗八祖莲池大师解释为：“欲生彼国，须多善多福。今持名，乃善中之善，福中之福。弥陀乃万德名号，一名才举，万德齐圆，不期于福，福已备矣。”[5]

净宗九祖藕益大师解释为：“人天有漏福业名少功德，皆不可生净土。唯以信愿执持名号，则——声中，皆悉具多善根福德。”[6]
所以称念弥陀名号，就是多善根福德。

至于“一心不乱”，则一般解释为“事一心不乱”及“理一心不乱”，也就是念佛念到功夫成片，念到内心没有妄念杂想，进入禅定的一心不乱，这样解释当然是与佛法的通途修行法门相符的，但要把净土三经放一起看，就能发现逻辑问题了。十八愿已说乃至十念都能往生，这里却说要念到功夫成片才能往生，这岂不是自相矛盾？九品往生里，又有哪一品是要求念佛念到功夫成片的？显然这里“一心不乱”另有深意。

在《阿弥陀经》的另译本——玄奘大师的《称赞净土佛摄受经》里（玄奘大师为直译，鸠摩罗什为意译，两者各有所长），“闻说阿弥陀佛”翻译成“得闻如是无量寿佛无量无边不可思议功德名号、极乐世界功德庄严”；“执持名号”翻译成“闻已思维”；“一心不乱”翻译为“系念不乱”。按照玄奘大师翻译的意思，是听闻佛名号和极乐世界庄严后，开始思维并系念住这个思维不改变。那么思维什么呢？就是思维弥陀本愿功德不可思议，思维“南无阿弥陀佛”六字洪名功德加持不可思议。简单地说，一心不乱就是把你的心系在佛名号上，以真心切愿往生为目的念佛，而不要有口无心、目标不定地念佛；不要三天打鱼、两天晒网地念佛；也不要今天念弥陀，明天改念弥勒，而是持续不变地称念弥陀佛名。

看完了上述修持方法的分析，自然不难得出为何念佛者多、往生者少的原因了。十九愿太难修不了；二十愿不容易实践修不好；十八愿不太受重视，且至心信乐看似容易，实际也很难信到那个程度；再加上一心不乱理解为禅定的功夫成片，也没几个人能做到。所以这几步全都踏空，往生自然也是缘木求鱼了。下面我们来看素有弥陀转世之称的善导大师的净土思想。

二、善导大师净土思想要点

善导大师的著作，现存的有五部九卷，思想丰富，鉴于篇幅所限，这里只列出最核心的几个要点。

（一）一者决定深信，自身现是罪恶生死凡夫，旷劫以来，常没常流转，无有出离之缘；二者决定深信，彼阿弥陀佛四十八愿，摄受众生，无疑无虑，乘彼愿力，定得往生。[7]

这段文是善导大师最核心的思想，告诉众生认清自己是宿业结缚的凡夫，靠自力难以出离，只要对阿弥陀佛四十八愿不怀疑、不顾虑，乘佛愿力，一定往生。

（二）若我成佛，十方众生，愿生我国，称我名字，下至十声；乘我愿力，若不生者，不取正觉。[8]

这段文是善导大师对第十八愿的解释，为什么我们凡夫念佛会往生呢？是阿弥陀佛的愿力，摄取你往生的。愿力在哪里呢？在六字名号中。

（三）欲使今时善恶凡夫，同沾九品，生信无疑，乘佛愿力，悉得生也。[9]

又如《观经》九品云：一一品中，所告众生者，皆是若佛在世、若佛灭后，五浊凡夫，遇善知

识，劝令生信，持戒、念佛、诵经、礼赞，决定往生。以佛愿力，尽得往生。[10]

这两段文，大师认为九品往生都是乘佛愿力，同时也能看出，大师对称名以外的其他修法是不排斥的。

（四）愿弟子等，临命终时：心不颠倒、心不错乱、心不失念，身心无诸苦痛，身心快乐，如入禅定，圣众现前，乘佛本愿，上品往生弥陀佛国。[11]

这是善导大师鼓励行者发愿文中的一段，文中可以看出大师很重视往生的内因外缘具足，并且大师是认可上品往生的，并不是真宗所说的超越三辈九品。

（五）深心即是真实信心：信知自身是具足烦恼凡夫，善根薄少，流转三界，不出火宅；今信知弥陀本弘誓愿，及称名号，下至十声一声等，定得往生；乃至一念无有疑心，故名深心。[12]

一心专念，弥陀名号，行住坐卧，不问时节久近，念念不舍者，是名正定之业，顺彼佛愿故。[13]

善导大师以至诚心、深心和回向发愿心的三心说构建净土宗教理，其本愿他力修法对后世产生了重要影响。大师对教理阐述较少，现代人根性陋劣，再加上受净土真宗等思想的干扰，理解上容易出偏差，因此有必要以大乘佛法原理加以补充、调和和深化，但净土法门是唯有佛与佛方能究竟的法门，释迦牟尼亦感叹其为难信之法，也没人能完全透彻的理解，下面学人就在古德阐述的基础上，不揣冒昧的加以浅显性诠释。

三、依大乘佛法阐述净土宗

（一）众生性德本具佛性，当体具足自性弥陀。“如来智慧，无处不至。何以故？无一众生而不具有如来智慧，但以妄想颠倒执着，而不证得。”[14]意思是说，一切众生本身就具有佛性，佛凡之间自性相同，没有障碍。佛性是人天生具足的，不是外来的，众生与佛的区别在于是否见证到了自性而已。理解了这一点，就不会像真宗一样把弥陀当上帝来信仰，而是要承担起自性弥陀的信心。

（二）自性弥陀与十万亿佛土外的弥陀没有区别，唯心净土也与十万亿佛土外的净土不隔方寸。吾人的一念心性具造百界千如（宇宙间的一切物质和现象），因此十万亿佛土外的极乐净土和阿弥陀佛自然也在吾人的自性清净心中，但是因为吾人在迷惑中，所以看不到也承担不起，因此对于处于迷惑中的吾人而言，十万亿佛土外的极乐净土和阿弥陀佛是真实存在的，但等断惑证真后，就发现是自性弥陀和唯心净土了。好比你梦中遇到的人和事，对梦中的你而言是真实存在的，但等你醒后就不是了。所以弥陀会在你虚受生死的六道轮回大梦中，如幻地进入你的梦中接引你进入你自己的自性弥陀净土中，往生弹指即至，不存在距离远近的问题。

（三）往生的原理——生则决定生，去则实不去。

1. “不生亦不灭，不常亦不断。不一亦不异，不来亦不出。”[15]按照中观二谛的学说，“生则决定生”属于俗谛（相对真理，事物表面的现象规律），往生确实是去了净土；“去则实不去”属于真谛（绝对真理，事物真实的本质规律），净土实际上是无生无往，不来不去。

2. 从中道实相来说，一切众生和一切法界都是由中道实相所现，弥陀四十八愿是应实相而来，求生净土的人仰信弥陀的信愿心也与实相相应，实相对实相，好比水溶于水，自然可以决定往生，但因为往生到了实相所现的自性弥陀净土中，从实相生到实相里，所以实际并没有去。

3. 从“修德有功，性德方显”来看，众生性德是与弥陀相同的，但因为没有修德或修德不圆满，所以开显不出性德。通途法门需要靠自力修德，渐次经历五道十地的漫长修行，方可竖出三界（难行道），但求生净土的人只要具备坚固的信愿心，就会像铁被磁石吸附一样被弥陀愿力所摄，即可仰仗弥陀的修德横出三界（易行道）而往生净土，往生后开显出自身的性德，因为弥陀的修德在理体上与众生的性德是完全一致的，所以说净土法门是至圆至顿的法门。

四、他自二力念佛法门

他力指的是十八愿，即彻底投诚皈依，仰仗弥陀愿力。自力指的是修净业三福和自性念佛。能否往生靠的是他力，往生后品位的高下靠的是自力，自力和他力之间相互促进，共同增长。

此法门属于理事双修的弥陀中道圆融信仰，既符合净土三经的整体逻辑思想，又与善导大师的教理要点一致；既有特异法门之方便，又有通途法门之内涵。

只要建立起坚如金刚、固若磐石的信心并维持到临终不改变，就已经拿到了往生的保证书，因为由信启愿，由愿导行，只要真信，“信愿行”三资粮就自然具足。但需要注意的是，除了极少数善根极其深厚的人可以生而信之以外，其他绝大多数人，都要学而信之和修而信之，即通过教理的学习、念佛、修净业三福等来培育、建立和巩固信心，这是需要一个过程的。

修净业三福虽非往生的必要条件，但也应依照个人的实际情况加以选择性的修持，既可促进信心的增长，亦可提高往生的品位，一举两得。自性念佛指的是明了自身本具佛性，当体具足自性弥陀的大乘原理后，字字清楚，句句不乱，耳听心入、自念自听的念佛，这种念佛就是弥陀

念弥陀。有了坚固的信愿心和明晰的教理认识，再随着功夫的深入，就可以水到渠成地逐渐进入“事一心不乱”及“理一心不乱”的高层次念佛，这与修天台宗的止观、密宗的三密相应、唯识宗的转识成智、禅宗的开悟等他宗修法有异曲同工之妙。所以《大集念佛三昧经》曰：“当知如是念佛三昧，则为总摄一切诸法”，印光大师也教导我们要“老实念佛，莫换题目”。因为念佛可以得到修他宗的利益，但修他宗却得不到念佛殊胜圆顿的利益。当然从能否往生的目标来说，只要信愿坚固，散心称名一样能成就，但还是鼓励取法为上，尽可能地尝试和实践自性念佛。

五、结 论

除了如法修行外，平日里既要有定能往生的正面思维，又要经常检验自己的信愿心是否坚固，逐渐建立起以弥陀信仰为重心的生活方式；敦伦尽分，闲邪存诚，在家做个好成员，在单位做个好职工，在社会做个好公民；对弥陀本愿没有怀疑，对世间红尘没有眷恋；临寿终时，弥陀愿现在其前，观音势至迎上金莲，如愿往生到功德无比庄严的极乐净土。

（作者：朱亚仲；作者单位：安徽省蚌埠市政协）【注 释】

- [1][2][3]〔曹魏〕康僧铠译《佛说无量寿经》
- [4]〔姚秦〕鸠摩罗什译《佛说阿弥陀经》
- [5]〔明〕莲池大师《阿弥陀经疏钞》
- [6]〔明〕藕益大师《阿弥陀经要解》
- [7]〔唐〕善导大师《观经四帖疏》
- [8]〔唐〕善导大师《观念法门》
- [9]〔唐〕善导大师《观经四帖疏》
- [10]〔唐〕善导大师《观念法门》
- [11][12]〔唐〕善导大师《往生礼赞》
- [13]〔唐〕善导大师《观经四帖疏》
- [14]〔唐〕武周实叉难陀译《华严经·如来出现品》
- [15]〔印度〕龙树菩萨《中论》

师兄，您好，分享给您学佛精品好书，建议使用电子书阅读器，保护视力，需网盘保存、下载、解压缩，欢迎流通赠阅！

传统文化、戒淫修福、中医养生等

<http://pan.baidu.com/s/1kTunurP>

弘扬和落实中华文化

<http://pan.baidu.com/s/1bnhbS4Z>

乾隆大藏经（龙藏）txt全-精排版

<https://pan.baidu.com/s/16lPR77SvjgPBg2pHsOp2iw>

净土宗经论-精排版

<https://pan.baidu.com/s/1NcY19feLvDZm739KrGqe5A>

<https://pan.baidu.com/s/1WGHNSw0klmKgF-Q3mEJ3lQ>

般若文海txt

<http://pan.baidu.com/s/1xM8Ou>

好听的佛号，分享给您

<https://pan.baidu.com/s/1XOnbMzMfFluY1h2mlfJTsw>

南无阿弥陀佛 南无阿弥陀佛 南无阿弥陀佛

弘愿寺，为纯依善导大师之教、专修净土的念佛道场；寺名「弘愿」，典出善导大师《观经疏》「别意之弘愿」，意为：乘弥陀弘誓大愿力，一切众生得生净土。弘愿寺殿堂建制、本尊供奉、牌匾楹联、念诵仪规，皆完全依善导大师「五正行」为标准，唯突出一个「专」字——专净土，专念佛，专善导。

<https://www.hongyuan.si/>

以善导大师的净土思想为弘法理念，所有法宝均为免费结缘，免费邮寄。欢迎索请！

佛教净土宗(上面有很多TXT格式经论)

<http://www.pureland-buddhism.org/>

净宗讲堂 在线观看

<http://www.jingzongfashi.com/>

戒色义工收集整理

戒色百科全书

<http://pan.baidu.com/share/link?shareid=617125&uk=2701938221>

东方人生智慧珍品系列丛书（共10册）已绝版

<http://pan.baidu.com/s/1tJAWi>

请勿堕胎反堕胎宣传单和书籍（请转发，功德无量，利益无量）

<http://pan.baidu.com/s/1ntNwL4l>

排版助手软件（电脑版，可以排版TXT格式文档，优化格式错误，提升阅读体验）

<https://pan.baidu.com/s/1qTdJTPjQarMapJmFJ3tVA>